

LIIKON TERVEYSTIETO  
**Terve1**

# Seksuaali- ja lisääntymisoikeudet

Perustuvat YK:n ihmisoikeuksiin

s a n o m a pro

Kaikilla on  
oikeus tietoon

Tieto seksuaalisuuden  
rikkaudesta ja riskeistä  
auttaa tekemään  
vastuullisia ja itsenäisiä  
valintoja.

LIIKON TERVEYSTIETO  
**Terve1**

Tieto mahdollistaa

- hyvän seksuaaliterveyden
- itsensä suojelun
- omasta seksuaalisuudesta  
nauttimisen.

Kuva: Unsplash.com/kiwihug

s a n o m a pro

## Oikeus saada ehkäisyneuvontaa



Kuva: Unsplash.com/Reproductive Health Supplies Coalition

sanoma pro

## Vastuullinen ehkäisy

### Hormonittomia menetelmiä

- Miesten/ naisten kondomi
  - Kertakäyttöinen
  - Suojaa myös useimmilta seksitaudeilta
- Kuparikierukka
  - Lääkäri asettaa kohtuun



Kuva: Unsplash.com/Reproductive Health Supplies Coalition

### Hormonaalisia menetelmiä

- **Yhdistelmäehkäisy valmisteita**
  - Sisältävät sekä estrogeenia että keltarauhashormonia
  - Ehkäisytabletti
  - Ehkäisyrenas
  - Ehkäisykapseli
- **Keltarauhasehkäisyvalmisteita**
  - Minipilleri
  - Hormonikierukka
  - Ehkäisykapseli

sanoma pro

## Oikeus saada seksitautien testausta ja hoitoa

- Seksitaudit ovat bakteerien tai virusten aiheuttamia tartuntatauteja
- Monet seksitaudit ovat oireettomia
- Oireetonkin tauti voi aiheuttaa tulehduksia
- Pitkään jatkunut tulehdus voi johtaa esim. lapsettomuuteen

### MILLOIN ON SYYTÄ MENNÄ SEKSITAUTITESTIIN?

- jos epäilee tartuntaa
- jos on ollut suojaamattomassa seksikontaktissa (yhdyntä, suuseksi) muun kuin vakituisen kumppanin kanssa
- jos vakituisella kumppanilla on muita seksisuhteita
- jos on aloittamassa uutta seksisuhdetta.

**Terve1**

sanoma pro



## Oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi

### Seksuaalinen itsemääräämisoikeus

- Oikeus keholliseen koskemattomuuteen
- Jokainen saa päättää:  
kuka saa koskea, milloin ja miten

### Seksuaalinen häirintä

- Ei-toivottua sanallista, sanatonta tai fyysistä seksuaalista käyttäytymistä
- Loukkaa toisen fyysistä tai psyykkistä koskemattomuutta

**Terve1**

Kuva: Unsplash.com/Mika Baumeister

sanoma pro

## Seksuaalinen häirintä loukkaa koskemattomuutta

**Terve1**



Kuva: Unsplash.com/Mika Baumeister

### MITÄ TEHDÄ, JOS JOUTUU SEKSUAALISEN HÄIRINNÄN UHRIKSI

- Osoita selkeästi, että haluat häirinnän loppuvan.
- Pyri poistumaan paikalta.
- Älä jää yksin, vaan kerro asiasta luotettavalle läheiselle ihmiselle.
- Tee rikosilmoitus poliisille.
- Keskustele asiasta ammattilaisen, esimerkiksi psykologin tai kuraattorin, kanssa.
- Apua voi saada myös anonyymisti.

sanoma pro

## Oikeus yksityisyyteen


### Oikeus päättää

- tietoisesti ja vastuullisesti omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista
- kumppanista ja naimisiinmenosta
- lastenhankinnasta, lapsiluvusta ja lastensaannin ajankohdasta



Kuva: Unsplash.com/Dayne Topkin

sanoma pro



Kuva: Unsplash.com/bari abikar

**Terve1**

## Oikeus näkyä

- Tulla nähdyksi ja kuulluksi
- Ilmaista omia mielipiteitään
- Olla turvassa syrjinnältä, häirinnältä ja väkivallalta

sanoma pro



Kuva: Unsplash.com/Alvin Mahmudov

**Terve1**

## Oikeus omaan seksuaalisuuteen

- **Nauttia** oman seksuaalisen suuntautumisen mukaisesta seksuaalisuudesta
- Oikeus **määritellä** ja **ilmaista** seksuaalisuuttaan haluamallaan tavalla

Kuva: Unsplash.com/Clay Banks



sanoma pro